

# ווייסט איהר וואס אוטמיעל איז ?

ווייסט איהר דאס אוטמיעל מאכט אויסגעצייכענטע פוּדינגס און אנדערע גוטע זאכען?  
געוויס ווייסט איהר אז דאס איז א גוטער שפייז פאר ברעקפעסט, אבער עס איז נאך בעסער פאר דינער און סאפער. — עס מאכט

אויסגעצייכענטע פוּדינגס  
גאנץ גוטע ברויט און קוקיס  
אן אפעטיטיזירענדע זופ פאר א קאלטען טאג  
א געזאמער געריכט פאר דינער אנשטאט פלייש.

צו קאכען אוטמיעל, מישט לאנגזאם 2 קאפס ראָלד אַוטס אין פינף קאפס קאכענדע וואַסער וואָס האָט 2 טהעלעפעלעך זאַלץ. קאכט דאס א שטונדע אדער איבער נאכט אין א דאפעלטען באילער אדער פייערלאזען קוקער. דאס וועט סערווירען פינף לייטע. אויב איהר ווילט דאס פאר צוויי מאלצייטען, קאכט צוויי מאל אזוי פיעל איינצושפאָרען צייט און הייצונג.

## אָוטמיעל פוּדינג.

פרובירט איינס ווען איהר האט א לייכטען דינער אדער סאפער.

אָוטמיעל בעטי	אדער	בראָן פוּדינג
2 קאפס געקאכטע אָוטמיעל		2 קאפס געקאכטע אָוטמיעל
4 עפעל קליין געשניטען		$\frac{1}{2}$ קאפ מאלאסעס
$\frac{1}{2}$ קאפ ראַזינקעס		$\frac{1}{2}$ קאפ ראַזינקעס
$\frac{1}{2}$ קאפ צוקער		
$\frac{1}{4}$ טהעלעפעלע צינאמאן		

מישט און קאכט א האַלבע שטונדע. סערווירט דאס הייס אדער קאַלט. אירגענד וועלכע געטריקענטע פרוכט, דייטס, אדער געמאלענע גראונד פינאטס, קען גענוצט ווערען אנשטאט עפעל. יעדע פון זיי וועט סערווירען פינף לייטע.

## סקאַטש זופ

מיט ברויט און דעזערט איז דאס גענוג פאר לאנטש אדער סאפער.	
$2\frac{1}{2}$ קוואַרט וואַסער	2 ציבעלעס געשניטען
$1\frac{1}{4}$ קאפס ראָלד אַוטס	2 טהעלעפעלע מעהל
5 פאַטיטאס געשניטען אין שטיקלאך	2 טהעלעפעלע פעטס

קאכט די וואַסער און לייגט צו די אוטמיעל, פאַטיטא און אַניאָן. טהעלעפעלע זאַלץ און טהעלעפעלע עפער. קאכט דאס א האַלבע שטונדע. ברוינט די מעהל מיט פעטס און גיסט צו צו די זופ. קאכט דאס ביז עס ווערט דיק. 1 קאפ פון פאַ-מיטא גיט צו צום פלייוואַר. דאס סערווירט פינף לייטע.

## אָטמיעל כרויט.

איז אויסגעצייכענט מיט אלע מאהלצייטען — פרובט עס

1/2 קאפס ווהיט מעהל

1 קאפ מילך אדער וואסער

1/3 איסט קייק

1 טהעלעפעלע זאלץ

1 קאפ ראָלד אָטס.

בריהט די ליקוויד. שיט צו זאלץ און גיסט איבער די אָטס. קוהלט א האַלבע שטונדע. לייגט צו די איסט געמישט מיט קאפ לעבליכע וואסער און די מעהל. קנעט ווידער און לאָזט דאָס זיך אויפהויבען ביז עס ווערט דאָפעלט גרויס. קנעט ווידער און לאָזט דאָס זיך אויפהויבען אין בעקען ביז די סייז איז געדאָפעלט. באַקט אין א מאָדעראַטען אויווען פאר 50 מינוט. מאכט איין לעבעל וועגען 1 מיט א פיערטעל פונט.

## ספייסד אָטמיעל קייקס

די גאַנצע פאמיליע וועט דאָס גלייכען. און דאָס ווערט לייכט געמאכט.

1/4 טהעלעפעלע סאָדא

1 1/2 קאפ מעהל

1/2 טהעלעפעלע בייקינג פאָודע

1/2 קאפ געקאכטע אָטמיעל

1/2 טהעלעפעלע צונימאָן

1/4 קאפ צוקער

3 טייבעלספונט פעטס

1/4 קאפ ראָזינקעס

1/4 קאפ מאלעסעס

היצט די מאלעסעס און פעטס ביז קאכעדיג. מישט דאָס מיט אלע אנדערע מאַטעריאַלען. באַקט אין מאַפּפּין פאַנס פאר 30 מינוטען. דאָס מאכט 12 קייקס. בעזאנדערעס קריספ און גוט אזוי ווי ביליג זיינען

## סקאטש אָט קרעקערס

1 1/2 טהעלעפעלע פעטס

2 קאפס ראָלד אָטס

1/4 טהעלעפעלע סאָדא

1/4 קאפ מילך

1 טהעלעפעלע זאלץ

1/4 קאפ מאלאסעס

מאַלט אדער צורייכט די אָטס און מישט דאָס מיט אנדערע מאַטעריאַלען. ראָלט אויס אין א דינעם בלאַט און שניידט דאָס אין סקווערס. באַקט פאר 20 מינוטען אין א מאָדעראַטען אויווען. מאכט 3 רוצער קרעקערס. אַנשטאַט פלויש, קאכט דיעזען אפּעטיטנעס גערובט פאר אייער פאמיליע.

## געבאָקטע אָטמיעל און נים

1 טהעלעפעלע עסיג

2 קאפס געבאָקטע אָטמיעל

1/4 טהעלעפעלע עפּער

1 קאפ צורובענע פינאַטס

1/2 טהעלעפעלע זאלץ

1 1/2 קאפ מילך

מישט צוזאַמען און באַקט אין א גרויז פאר 15 מינוטען. דאָס איז גענוג פאר 5 לייטע.

אָטמיעל איז א גוטע, ניט קאסטבאַרע, זעמיגע שפייז.

U. S. DEPARTMENT OF AGRICULTURE  
U. S. FOOD ADMINISTRATION  
Washington, D. C.





## OATMEAL BREAD

is delicious with all meals—try it

- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| 1 cup milk or water | 2½ cups wheat flour |
| 1 teaspoon salt     | ⅓ yeast cake        |
| 1 cup rolled oats   |                     |

Scald the liquid, add salt and pour over the oats, cool half an hour, add the yeast mixed with ¼ cup lukewarm water, and the flour. Knead and let rise until double the size. Knead again and let rise in the pan until the size is doubled. Bake in a moderate oven for 50 minutes. Makes one loaf weighing 1¼ pounds.

## SPICED OATMEAL CAKES

The whole family will like these, and they are easily made

- |                      |                          |
|----------------------|--------------------------|
| 1½ cups flour        | ¼ teaspoon soda          |
| ½ cup cooked oatmeal | ½ teaspoon baking powder |
| ¼ cup sugar          | ½ teaspoon cinnamon      |
| ¼ cup raisins        | 3 tablespoons fat.       |
| ¼ cup molasses       |                          |

Heat the molasses and fat to boiling. Mix with all the other materials. Bake in muffin pans for 30 minutes. This makes 12 cakes.

Especially crisp and good as well as cheap are

## SCOTCH OAT CRACKERS

- |                    |                    |
|--------------------|--------------------|
| 2 cups rolled oats | 1½ tablespoons fat |
| ¼ cup milk         | ¼ teaspoon soda    |
| ¼ cup molasses     | 1 teaspoon salt    |

Grind or crush the oats and mix with the other materials. Roll out in a thin sheet and cut in squares. Bake for 20 minutes in a moderate oven. Makes 3 dozen crackers.

Instead of meat, cook this appetizing dish for your family

## BAKED OATMEAL AND NUTS

- |                       |                    |
|-----------------------|--------------------|
| 2 cups cooked oatmeal | 1 teaspoon vinegar |
| 1 cup crushed peanuts | ¼ teaspoon pepper  |
| ½ cup milk            | 2½ teaspoons salt  |

Mix together and bake in a greased pan 15 minutes. This is enough for five people.

Oatmeal is a good, inexpensive, nutritious food





## Do You Know Oatmeal?

Do you know that oatmeal makes delicious puddings and other good things?

Of course, you know it is a good breakfast food, but it is even better fixed up for dinner or supper. It makes

### Excellent Puddings

### Wholesome Bread and Cookies

### An Appetizing Soup for a Cold Day

### A Baked Dish for Dinner in Place of Meat

To cook oatmeal, stir slowly  $2\frac{1}{2}$  cups of rolled oats into five cups of boiling water which has in it  $2\frac{1}{2}$  teaspoons of salt. Cook for one hour or over night in a double boiler or fireless cooker. This will serve five people. If you want it for two meals, cook twice the amount to save time and fuel.

### OATMEAL PUDDING

Try one when you have a light dinner or supper

#### OATMEAL BETTY

or

#### BROWN PUDDING

2 cups of cooked oatmeal  
4 apples cut up small  
 $\frac{1}{2}$  cup raisins  
 $\frac{1}{2}$  cup sugar  
 $\frac{1}{4}$  teaspoon cinnamon

2 cups cooked oatmeal  
 $\frac{1}{2}$  cup of molasses  
 $\frac{1}{2}$  cup raisins

Mix and bake for one-half hour. Serve hot or cold. Any dried or fresh fruits, dates, or ground peanuts may be used instead of apples. Either will serve five people.

### SCOTCH SOUP

With bread and dessert it is enough for lunch or supper

$2\frac{1}{2}$  quarts water  
 $1\frac{1}{4}$  cups rolled oats  
5 potatoes cut in small pieces

2 onions, sliced  
2 tablespoons flour  
2 tablespoons fat.

Boil the water and add the oatmeal, potato, and onion,  $\frac{1}{2}$  table-spoon of salt and  $\frac{1}{2}$  teaspoon pepper. Cook for one-half hour. Brown the flour with the fat and add to the soup. Cook until thick. One cup of tomato adds to the flavor. Serves five people.





## **Historic, Archive Document**

Do not assume content reflects current scientific knowledge, policies, or practices.